

sexplique

La référence en éducation
et en santé sexuelle



Rapport d'activité
2024-2025

TABLE DES MATIÈRES

	Pages
Mot de la présidente.....	5
Mot de la directrice générale.....	6
historique de Sexplique	7
Raison d'être.....	9
Mission	9
Valeurs	9
Ce qui a marqué l'année 2024-2025	10
Trois projets d'envergure en pleine progression	10
Un colloque annuel riche en échange	10
Baccalauréat en sexologie de l'Université Laval.....	11
Participations à des balados	11
Vacances bien méritées !.....	11
Nos services	12
Interventions téléphoniques	12
Soutien par courriel.....	12
Rencontre en bureau et virtuelle	12
Animation d'ateliers, de conférences et de kiosques.....	13
Aux enfants (primaire).....	13
Aux adolescent·e·s (12 – 17 ans).....	13
Aux adultes (18 – 55 ans).....	14
Aux 55 ans et plus.....	14
Formations en entreprise.....	15
Formation aux professionnel·le·s	15
Site web	15
Colloque annuel.....	16
L'équipe	18
Le conseil d'administration.....	18
Heures de bénévolat	18
L'équipe de travail	19

Vie associative	20
Assemblée générale annuelle	20
Adhésion à Sexplique	20
Membres 2024-2025	20
Représentations et regroupements	20
Statistiques.....	21
Formations suivies	21
Soutien sexologique	21
Thèmes abordés	22
Interventions téléphoniques	23
Appels selon le genre	23
Soutien par courriel.....	23
Courriels selon le genre	23
Rencontre en présentiel et virtuelle.....	24
Rencontre en Zoom selon le genre.....	24
Rencontre en présentiel selon le genre	24
Rencontre à la suite d’une animation	25
Thèmes abordés selon le genre.....	25
Thèmes abordés — Genre féminin.....	25
Thèmes abordés — Genre masculin	26
Thèmes abordés — Couples	26
Principaux thèmes abordés en intervention.....	27
Contraception	27
Dysfonctions sexuelles	27
Santé reproductive	28
Violences	28
Santé mentale	29
ITSS.....	29
Relations interpersonnelles	30
Sexualité	30
Expertise	31
Analyse.....	31
Supervision étudiante	31

Animation d’ateliers, de conférences et de kiosque	32
Milieus partenaires rencontrés en 2024-2025.....	33
Écoles primaires.....	33
Écoles secondaires.....	34
Cégeps, organismes communautaires et services alternatifs publics et privés.....	34
Distribution et vente de documentation	35
Une grande variété de sujets	35
Présence médiatique	36
Interventions médiatiques	36
Médias sociaux	36
Projets	37
Projet S.A.R.A.H	37
Projet l’AMIE — Santé et droits sexuels et reproductifs (SDSR).....	37
Projet Entreprise	38
Projet Code vestimentaire, nouvelle ère	38
Projet Conférences parents	39
Remerciements	40
Merci à tous nos partenaires... ..	40
... pour leur subvention	40
... pour leur contribution financière et matérielle.....	40
... pour leur bénévolat	40



MOT DE LA PRÉSIDENTE



Chères et chers partenaires,

Au nom du conseil d'administration de Sexplique, c'est avec une grande fierté que je vous présente ce rapport d'activités. L'année écoulée a confirmé la solidité et la pertinence de notre organisme, qui a su répondre à une demande croissante de la population tout en diversifiant ses offres et en affirmant sa place dans le milieu de la santé sexuelle et de la prévention de la violence.

Comme conseil d'administration, nous avons le privilège d'accompagner la direction dans ses choix stratégiques et de soutenir l'équipe dans la réalisation de sa mission. Nous sommes témoins, année après année, de leur professionnalisme, de leur engagement et de leur créativité.

Notre rôle est de veiller à ce que l'organisme progresse dans le respect de ses valeurs et de ses objectifs, tout en restant attentif aux nouveaux enjeux de société. Nous soulignons avec fierté la collaboration fructueuse avec les centres de services scolaires, dont les programmes de sexologie enrichissent notre mission.

De plus, l'intérêt croissant de milieux communautaires et privés qui sollicitent notre expertise confirme la notoriété et la crédibilité de Sexplique. Le succès de notre colloque annuel, rassemblant encore cette année un nombre toujours plus élevé de participants, en est une autre preuve éloquente.

Je souhaite adresser mes remerciements les plus sincères à mes collègues du conseil d'administration pour leur implication, leur rigueur et la richesse de leurs expertises. Leur soutien constant contribue directement à la vitalité et à la pérennité de notre organisme.

Je tiens également à saluer le travail remarquable de la direction et de l'équipe, ainsi que la confiance de nos partenaires et bailleurs de fonds, sans qui rien de tout cela ne serait possible.

Ensemble, nous continuerons à porter haut et fort les valeurs de Sexplique, à défendre l'importance de l'éducation et de la prévention, et à bâtir une société plus inclusive, respectueuse et sécuritaire.

Avec reconnaissance,

Mélissa Smith-Vachon

Présidente du conseil d'administration, Sexplique



MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE



Chères et chers partenaires,

L'année écoulée a été marquée par une croissance significative pour Sexplique. Grâce au dévouement de notre équipe et à la confiance renouvelée de nos partenaires, nous avons réussi à augmenter notre capacité à répondre aux besoins de la population. Cette évolution s'est traduite par un accompagnement accru, permettant d'aider un plus grand nombre de personnes à trouver écoute, soutien et ressources adaptées à leurs réalités.

Nos statistiques en témoignent clairement : que ce soit en termes de demandes reçues, de rencontres individuelles, d'animations dans les écoles ou encore de formations professionnelles offertes, nous observons une progression constante. Ces résultats ne sont pas que des chiffres ; ils reflètent avant tout des histoires humaines, des parcours transformés et des espaces sécurisants que nous avons réussi à créer ensemble.

Nous sommes également très fières de la belle collaboration que nous entretenons avec les universités Laval et l'Université du Québec à Montréal, dont les programmes de sexologie enrichissent notre mission et renforcent la qualité de nos interventions. Par ailleurs, nous avons reçu un nombre croissant de sollicitations provenant de milieux communautaires et privés. Ces partenariats confirment la notoriété de Sexplique dans le domaine de la santé sexuelle et au-delà.

Notre colloque annuel sur la prévention de la violence sexuelle chez les jeunes a encore une fois connu un vif succès, rejoignant un nombre croissant de participants.e.s. Les thématiques abordées ainsi que la qualité de nos conférences ont été largement appréciées, confirmant l'importance de ces moments d'échange et de réflexion.

Malgré un contexte économique et social plus difficile, Sexplique a su se renouveler afin d'offrir de nouvelles activités et de développer de nouveaux partenariats. Nous avons élargi nos offres en intégrant des sujets d'actualité tels que le masculinisme et les codes vestimentaires, pour ne nommer que ceux-là. Ces avancées nous confirment la pertinence et la nécessité de notre mission. Elles nous motivent également à poursuivre nos efforts afin de répondre encore mieux aux défis actuels liés à l'éducation sexuelle, à la prévention de la violence et à la promotion du consentement.

Je tiens à remercier chaleureusement notre équipe, nos bénévoles, nos partenaires institutionnels et communautaires, ainsi que toutes les personnes qui nous font confiance. C'est ensemble que nous continuons à bâtir un avenir plus sécuritaire, plus inclusif et plus respectueux pour toutes et tous.

Avec gratitude,

Marie-Claude Tremblay
Directrice générale, Sexplique

HISTORIQUE DE SEXPLIQUE



1961

Le père O'Heilly arrive au Canada en compagnie d'un couple, le Dr Rendu et sa conjointe, Micheline Desmartis, qui avaient créé à Paris un centre regroupant des couples enseignant la méthode symptothermique.

Le père O'Heilly diffuse l'information sur l'existence de cette méthode et le couple Rendu et Desmartis offre désormais ses services à la communauté de Québec. Rapidement, Micheline est assaillie par de nombreux appels sur la méthode.

1963

Divers mouvements conjugaux se regroupent par préoccupation d'un apparent problème de régulation des naissances. Le Service de documentation conjugale de Québec voit le jour.

1965

Le Service de documentation conjugale de Québec prend de l'expansion et s'incorpore sous le nom de Centre de consultation conjugale de Québec.

1971

Encore une fois, l'organisme change de nom et devient le Service de formation à la vie familiale (SFVF). Le SFVF a comme objectif de promouvoir le bien-être familial par la prévention et l'éducation.

1973

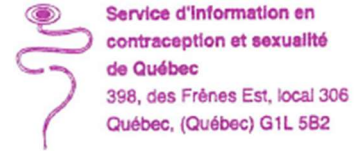
Le SFVF fait maintenant officiellement partie du réseau du Centre de services sociaux de Québec (CSS).

1975

Le SFVF devient le Service de planning et sexualité (SPS), ajoutant à ses services des thématiques plus variées, telles que l'infertilité, le désir de grossesse, la contraception et la sexualité en général.

1980

Forcé de se détacher du CLSC, le SPS devient autonome et s'incorpore sous le nom de Service d'information en contraception et sexualité de Québec (SICSQ).



2013

L'organisme fête ses 50 ans d'existence et adopte une nouvelle identité visuelle : Sexplique. Il s'agit d'un nom et d'une identité reflétant mieux le mandat et la réalité terrain de l'équipe.

2017

Sexplique délaisse officiellement SICSQ comme mention sous son logo afin de le remplacer par : La référence en éducation et en santé sexuelle.

RAISON D'ÊTRE

MISSION

Depuis ses tout débuts (1963), Sexplique est un organisme communautaire qui œuvre dans le domaine de la santé, de la reproduction et de la santé sexuelle.

L'organisme poursuit aujourd'hui deux grands objectifs :

- Sensibiliser et informer la population sur la santé sexuelle et reproductive.
- Soutenir les professionnel-le-s dont la pratique amène à aborder ces thèmes avec leur clientèle.

VALEURS

Sexplique tient à assumer un leadership dans la promotion de la justice sociale et dans la lutte contre les discriminations et les inégalités. L'organisme s'engage à promouvoir la diversité et à respecter l'égalité des chances tant au niveau de la gestion des ressources humaines que dans ses services et relations avec les bénéficiaires et ses partenaires.

De plus, Sexplique aborde une philosophie d'intervention humaniste, et en ce sens, nous tenons à promouvoir l'inclusivité et l'autonomie de chaque individu dans son vécu. Nos convictions sont féministes et pro-choix.

À l'interne, l'équipe de Sexplique est également guidée avec passion et engagement par les valeurs suivantes :

- La qualité des services : Nous prenons au sérieux l'impact de nos actions et l'importance du professionnalisme.
- L'ouverture : À la diversité, au changement, à l'amélioration et aux rétroactions des populations desservies.
- L'esprit d'équipe : L'échange d'idées, la collaboration, l'entraide et le contact humain guident notre quotidien.

CE QUI A MARQUÉ L'ANNÉE 2024-2025

Trois projets d'envergure en pleine progression

L'année a été marquée par l'avancement de trois projets majeurs, chacun contribuant à renforcer notre position dans notre secteur : L'AMIE, Entreprise et Code vestimentaire.



Ces projets ont franchi des étapes clés qui témoignent de notre dynamisme et de notre volonté de faire bouger les choses. Les projets sont présentés à partir de la page 40 de ce rapport.

Un colloque annuel riche en échange

Notre colloque annuel a une fois de plus rassemblé les partenaires, collaborateurs et acteurs clés de notre milieu. Cette année, l'événement a eu lieu à l'Hôtel Ambassadeur et abordait la prévention de la violence sexuelle chez les jeunes.

Cet événement a permis de partager des idées, faire émerger des pistes d'action concrète, et consolider notre réseau professionnel. Tous les détails entourant le colloque sont présentés aux pages 17 et 18 de ce rapport.



Baccalauréat en sexologie de l'Université Laval

Le 28 novembre 2024, nous avons eu la chance d'être invitées au lancement officiel du Baccalauréat en sexologie de l'Université Laval. Nous soulignons le travail acharné de la Faculté de médecine et des sciences sociales, particulièrement Geneviève Martin, Isabelle Proulx et Roxanne Guyon, avec qui nous avons la chance de collaborer.



Ce lancement est historique et marquant pour l'avenir de la sexologie au Québec. Félicitations et longue vie au BAC !

Participations à des balados

Durant l'année 2024-2025, Caroline Simon et Maude Michaud ont participé à cinq balados en tant qu'invitées. Leur expertise a été sollicitée pour aborder des enjeux en lien avec la santé sexuelle, l'éducation, et la prévention.



Nous sommes fières de leur rayonnement professionnel et de leur contribution à des discussions enrichissantes qui rejoignent un large public.

Vacances bien méritées !

Après une fermeture estivale de sept semaines, l'équipe de Sexplique revient reposée, énergisée et prête à entamer une nouvelle année remplie de projets inspirants !

NOS SERVICES

INTERVENTIONS TÉLÉPHONIQUES

Notre équipe répond à toute demande en ligne avec la santé sexuelle et l'éducation à la sexualité pour la population générale. Ce service confidentiel est offert gratuitement et s'adresse aussi à tout·e professionnel·le à la recherche de soutien dans sa pratique auprès de sa clientèle.

Pour joindre ce service, composez le 418 624-6808, poste 23

SOUTIEN PAR COURRIEL

Ce service permet de recevoir une réponse de façon confidentielle, sans avoir à parler de vive voix d'un sujet qui peut être difficile à aborder. Il peut également s'agir d'un moyen facilitant pour prendre contact et trouver de l'aide.

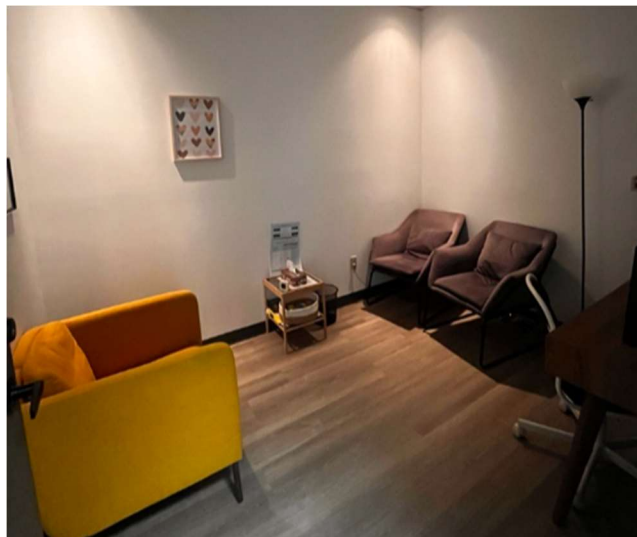
Évidemment, ce média peut aussi être l'option de choix pour une question ponctuelle qui ne nécessite pas de suivi.

Pour communiquer avec nous par courriel, écrivez à soutien@sexplique.org.

RENCONTRE EN BUREAU ET VIRTUELLE

Nous offrons des rencontres de soutien à même nos bureaux ou virtuellement. Ces rencontres peuvent s'échelonner sur une courte période et visent des situations actuelles ou récentes. Ce service permet, entre autres, de pallier une longue attente dans le réseau de la santé pour la population dont le budget ne permet pas de consulter un·e sexologue au privé.

Pour prendre rendez-vous, composez le 418 624-6808, poste 23



ANIMATION D'ATELIERS, DE CONFÉRENCES ET DE KIOSQUES

Nous nous déplaçons régulièrement dans divers milieux des régions de Québec et Chaudière-Appalaches pour parler de sexualité avec différents groupes comportant : les enfants, les adolescent·e·s, les aîné·e·s, les jeunes familles, les personnes en situation de handicap, les professionnel·le·s, etc.

En ce sens, les thèmes pouvant être abordés par notre équipe sont nombreux ! Voici la liste des animations que nous avons offertes cette année :



Aux enfants (primaire)

1^{re} année : C'est mon corps

2^e année : Comment on fait les bébés ?

3^e année : La Voie lactée de ta personnalité

3^e année : Je protège ma bulle

4^e année : Amour, amitié, et patati et patata

5^e année : Ma bulle dans différents contextes

6^e année : Miroir, miroir, je suis magnifique

6^e année : Éveil amoureux et sexuel

Aux adolescent·e·s (12 – 17 ans)

Secondaire 1 : Sois qui tu es

Secondaire 2 : Séduction et premières amours

Secondaire 2 : Savoir pour me protéger

Secondaire 2 et 3 : À toi de voir !

Secondaire 3 : L'amour sain (S.A.R.A.H)

Secondaire 3 & 4 : Protection, quelles sont mes options

Secondaire 4 : Sexualité réelle versus virtuelle

Secondaire 4 : Bientôt adulte, es-tu vraiment maître de tous tes choix?

Secondaire 5 : Nos corps, nos choix, nos droits

Secondaire 5 : Mâles Alpha



Aux adultes (18 – 55 ans)

Les relations amoureuses saines
Estime de soi et sexualité
L'amour sain et le consentement
Sexualité réelle versus virtuelle
Devenir parent et rester aimants
Le développement psychosexuel de
l'enfant 0-5 ans, 6-11 ans et 12-17 ans
Les rapports interpersonnels au Québec



Aux 55 ans et plus

Les relations amoureuses saines
La sexualité en contexte de vieillissement
Vibrer en toute sécurité

Pour planifier une
animation,
composez le 418-624-6808,
poste 25 ou écrivez
à info@sexplique.org

FORMATIONS EN ENTREPRISE

Nous offrons des formations et des conférences aux employé·e·s et aux dirigeant·e·s pouvant rencontrer des situations préoccupantes en lien avec la sexualité. Celles-ci visent à offrir une meilleure compréhension des manières préventives et interventionnelles à employer en milieu de travail lors de ce type de situation.

Pour planifier une formation en entreprise, écrivez à entreprise@sexplique.org



FORMATION AUX PROFESSIONNEL·LE·S

Nous nous déplaçons directement dans les milieux afin de rejoindre les intervenant·e·s. Nous proposons également nos formations dans nos locaux si nécessaire.

Nous offrons plusieurs formules de formations, selon les besoins « terrain » de l'équipe. Les thèmes pouvant être abordés rejoignent ceux offerts via nos ateliers et conférences, ou sont développés sur mesure en combinaison avec notre approche « 3S ». Cette année, les plus populaires ont été « Intervenir en contexte de sexualité-Volet Di/TSA » et « Intervenir en contexte de sexualité — Volet Camp de jour »

Pour planifier une formation, écrivez à info@sexplique.org

SITE WEB

Notre site web regorge d'informations pertinentes sur la santé sexuelle et reproductive, tant pour les jeunes que pour les professionnel·les du milieu. On y retrouve des articles, des outils éducatifs, des ressources interactives ainsi que des informations sur nos services et nos activités.

Au cours de la dernière année, l'interface du site a été rafraîchie afin d'en améliorer l'ergonomie. La navigation est maintenant plus fluide, intuitive et adaptée aux différents types d'appareils, permettant à toutes et tous d'accéder facilement au contenu recherché. <https://sexplique.org/>



COLLOQUE ANNUEL

Chaque année, et ce depuis 1991, Sexplique offre la possibilité aux intervenant·e·s œuvrant auprès des jeunes de participer à un colloque sexologique jeunesse. Dans le cadre du colloque, nous tentons de répondre aux besoins « terrain » en matière d'intervention sexologique auprès des jeunes. Cet événement permet aux participant·e·s de :

- Recevoir de l'information pertinente sur des sujets d'actualité
- Réfléchir à différents enjeux en lien avec la santé sexuelle
- Dialoguer et échanger avec les autres ressources de la communauté
- Être mieux outillé·e·s dans les interventions auprès de leur clientèle

Les principaux enjeux de la sexualité adolescente sont souvent liés à d'autres problématiques que les intervenant·e·s jeunesse connaissent bien, mais qui demeure beaucoup moins abordée par manque d'aisance. Nous offrons donc un espace d'introspection et de formation pour favoriser les habiletés d'intervention nécessaires à ce sujet délicat. C'est la force de notre colloque !

Cette année, le colloque a eu lieu le 16 mai 2025, dans la salle de l'Hôtel Ambassadeur de Québec. Il a porté sur un thème d'actualité : Prévention de la violence sexuelle chez les jeunes. Ce sujet particulièrement pertinent a favorisé des échanges enrichissants et une forte participation.

Selon le sondage de satisfaction, les deux conférences qui se sont démarquées comme les plus appréciées de l'ensemble de la programmation sont celles de notre coordonnatrice, Caroline Simon, et de notre chargée de projet, Maude Michaud. Les participant·e·s ont souligné la pertinence des sujets, l'actualité des exemples présentés ainsi que la qualité des échanges qui ont suivi. Ces conférences ont suscité de nombreuses réflexions et ont contribué à enrichir les discussions tout au long du colloque.



Relations amoureuses saines

par Caroline Simon de Sexplique

Cette conférence d'introduction aborde l'éducation à la sexualité positive et présente les leviers pour prévenir la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes. L'accent sera mis sur la promotion de relations saines, respectueuses et égalitaires, en mettant en avant le modèle S.A.R.A.H. de Sexplique. Cet acronyme, clé pour une approche éducative proactive, offre des outils concrets pour encourager le consentement, la communication et le respect dans les relations. La conférence vise à fournir aux participant·e·s des stratégies pratiques pour sensibiliser et intervenir efficacement auprès des jeunes.



Cyberviolence et montée de la haine

par Maude Michaud

Cette conférence explorera les phénomènes de cyberviolence et de montée de la haine en ligne, notamment entre les sexes, ainsi que la polarisation croissante observée dans les interactions numériques. Elle proposera une réflexion sur la manière dont ces dynamiques influencent les jeunes, notamment en ce qui concerne la violence sexuelle. L'objectif sera de sensibiliser les participants aux effets de ces discours haineux et polarisants sur les jeunes, tout en abordant des stratégies pour mieux comprendre et prévenir ces comportements, afin de favoriser des échanges en ligne plus respectueux et constructifs.

Nous avons accueilli plus de 200 personnes en présentiel ainsi que plus de 120 personnes en webdiffusion.

Un franc succès pour cette 62^e édition !



L'ÉQUIPE

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Nous profitons de l'occasion pour les remercier de leur dévouement envers Sexplique, car le succès de l'organisme dépend grandement de leur implication et de leur décision.

En 2024-2025, sept personnes se sont impliquées au sein de notre conseil d'administration :

- La présidente, Mélissa Smith-Vachon
- Le vice-président, Dave Moreau
- La trésorière, Alexandra Proulx
- La secrétaire, Sarah Nina Marchessault
- La secrétaire, Marie-Pierr Genest
- L'administrateur, Nicolas Grondin
- L'administratrice, Stéphanie Caron-Moreau



HEURES DE BÉNÉVOLAT

Au total, ce sont 214 heures de bénévolat qui ont été réalisées par notre conseil d'administration et par les bénévoles.

L'équipe apprécie le temps que vous donnez généreusement ! Sans vous, Sexplique ne rayonnerait pas autant... MERCI !



L'ÉQUIPE DE TRAVAIL

Derrière chaque projet, chaque intervention et chaque réalisation de Sexplique, il y a une équipe engagée, passionnée et profondément investie dans sa mission. Notre force repose sur la complémentarité de nos talents, la diversité de nos expériences et la solidarité qui nous unit au quotidien.

Chaque membre de l'équipe contribue, à sa manière, à faire vivre les valeurs de Sexplique : l'écoute, le respect, la bienveillance et le partage des savoirs. Ensemble, nous créons un environnement de travail où la collaboration, la créativité et l'entraide sont au cœur de nos actions.

Ce rapport d'activité est l'occasion de mettre en lumière les personnes qui, par leur engagement et leur professionnalisme, rendent possible la mission de Sexplique jour après jour.

- 1- Marie-Claude Tremblay, Directrice
- 2- Caroline Simon, Sexologue et coordonnatrice
- 3- Claudia Dion, Adjointe administrative
- 4- Maude Michaud, Chargée de projet
- 5- Emma Brassard, Sexologue
- 6- Maggie Monfette, Sexologue
- 7- Laurence Levasseur, Intervenante
- 8- Joany Bergeron, Sexologue
- 9- Cloé Pellerin, Stagiaire et intervenante



Nous remercions également Éliane Morin-Côté qui a aussi fait partie de notre équipe pendant l'année 2024-2025.



VIE ASSOCIATIVE

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

L'assemblée générale annuelle pour l'année 2024-2025 a eu lieu le 23 septembre 2024 dans l'espace collectif du Carrefour Charlesbourg. Au total, 21 membres étaient présents.

ADHÉSION À SEXPLIQUE

Être membre de Sexplique offre les avantages suivants :

- Siéger au conseil d'administration
- Recevoir des communications privilégiées de l'organisme
- Obtenir un tarif préférentiel lors de nos événements
- Accéder en primeur à nos nouveaux outils et projets
- Pouvoir participer à des comités de travail
- Avoir le droit de vote à l'assemblée générale annuelle

MEMBRES 2024-2025

En date du 30 juin 2025, Sexplique comptait 68 membres actif·ve·s. Certain·e·s de ces membres sont inscrit·e·s de façon individuelle alors que d'autre le sont de façon corporative. Pour devenir membres de l'organisme, visitez notre site web : <https://sexplique.org/membre/devenir-membre/> ou numérisez le code QR.



REPRÉSENTATIONS ET REGROUPEMENTS

Sexplique est membre de plusieurs regroupements et organisations communautaires. Les voici :

- Alliance communautaire de soutien en éducation à la sexualité (ACSES)
- Regroupement des organismes communautaires de la région 03 (ROC 03)
- Fédération québécoise pour le planning des naissances (FQPN)
- Regroupement des groupes de femmes de la région 03 (RGF CN)
- Table d'actions préventives jeunesse Québec-Centre et La Source
- Réseau des groupes de femmes Chaudière-Appalaches (RGFCA)
- Coalition Édusex

Ensemble, on contribue à changer les choses !

STATISTIQUES

FORMATIONS SUIVIES

Chez Sexplique, nous croyons en l'importance de la formation continue. C'est pourquoi cette année, nous avons cumulé plus de 140 heures de formation.

SOUTIEN SEXOLOGIQUE

Cette année, ce sont 336 interventions de soutien sexologique qui ont été effectuées. Le service de soutien sexologique de Sexplique symbolise l'accès pour toutes aux soins de santé en sexologie, peu importe la situation financière.

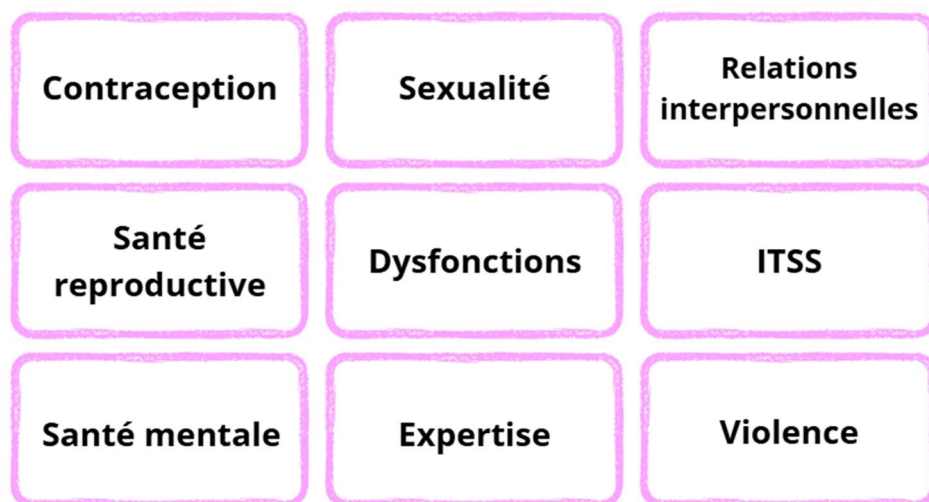
En somme, Sexplique est heureuse de pouvoir offrir son aide à la communauté et, par les chiffres, elle constate que son soutien est très bien accueilli et constamment en demande.

Statistiques des suivis 2024-2025						
Mois	Courriels	Appels	Rencontres	Zoom	À la suite d'une animation	Total
Juillet					1	1
Août	2	6	5	4		17
Septembre	2	15	6	3		26
Octobre	8	13	19	6	5	51
Novembre	4	15	15	11		45
Décembre	7	5	8	8		28
Janvier	2	8	9	11	3	33
Février	9	5	13	6	1	34
Mars	8	2	14	7		31
Avril	3	6	18	14	2	43
Mai	2		11	13		26
Juin		4	9	10		23
Total 24-25	47	79	127	93	12	358
2023-2024	85	96	125	53	9	368

THÈMES ABORDÉS

Les données relatives aux thèmes abordés par les différents modes d'interventions de soutien sont regroupées sous neuf volets.

Le tout permettant de mettre en lumière nos principaux champs d'interventions :



Évidemment, ces thèmes sont ensuite sous-divisés dans nos statistiques selon les sujets abordés. Par exemple, selon la méthode de contraception concernée.

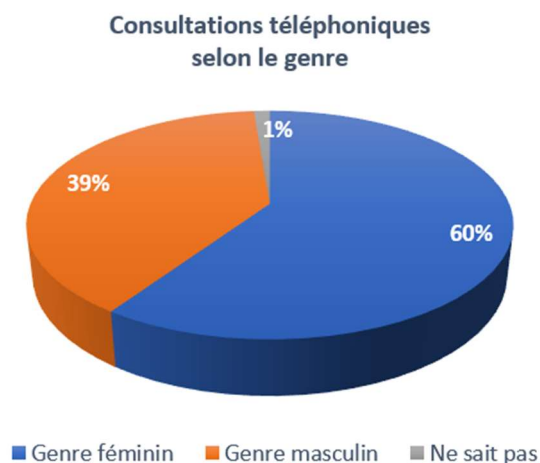
Les statistiques concernant chacun des thèmes seront élaborées dans les pages suivantes.



INTERVENTIONS TÉLÉPHONIQUES

Appels selon le genre

Au total, ce sont 79 interventions de soutien téléphonique qui ont été effectuées en 2024-2025.

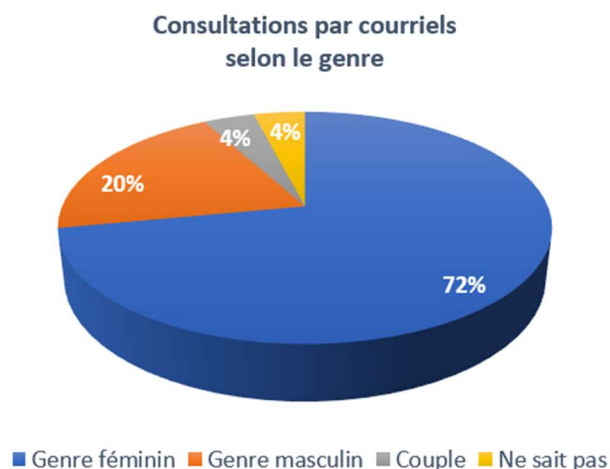


Cette année, on remarque que les femmes sont encore majoritaires concernant l'utilisation de nos services téléphonique : elles constituent 60 % de nos appels.

SOUTIEN PAR COURRIEL

Courriels selon le genre

Au total, ce sont 48 interventions de soutien par courriel qui ont été effectuées en 2024-2025.



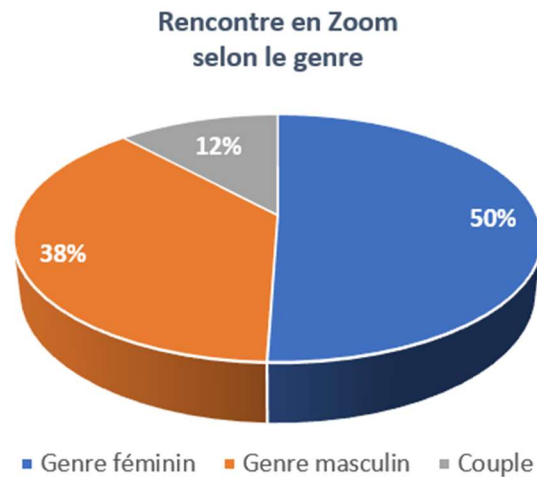
Cette année, on remarque encore une fois que les femmes sont majoritaires concernant l'utilisation du soutien que nous offrons par courriel. Elles constituent 72 % de notre clientèle par messagerie électronique.

RENCONTRE EN PRÉSENTIEL ET VIRTUELLE

Les rencontres de soutien sexologique sont un aspect important de nos services. Sexplique est fière de pouvoir offrir ce soutien en mode présentiel ainsi qu'en virtuel.

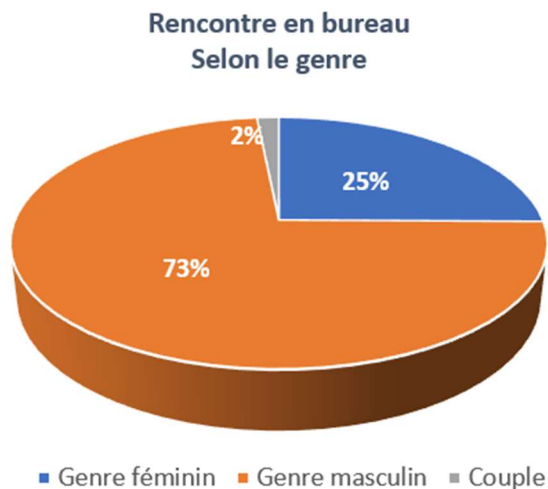
Rencontre en Zoom selon le genre

Au total, ce sont 93 rencontres en virtuelle qui ont été effectuées en 2024-2025. Cette année, nous voyons une augmentation de 40 rencontres virtuelles par rapport à l'année dernière.



Rencontre en présentiel selon le genre

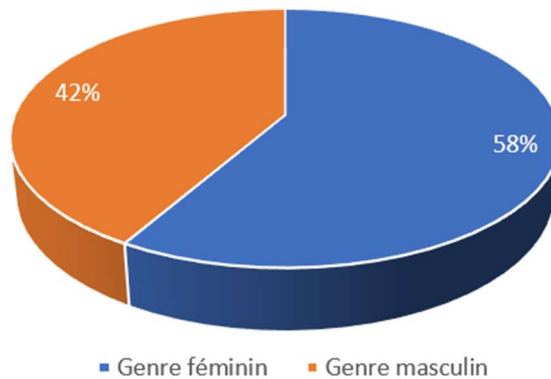
Au total, ce sont 127 rencontres en présentiel qui ont été effectuées en 2024-2025. Nous pouvons aussi constater que le genre masculin est en majorité pour les rencontres en bureau.



RENCONTRE À LA SUITE D'UNE ANIMATION

Nous remarquons un besoin de soutien après les ateliers. Au total, ce sont 12 rencontres ponctuelle à la suite d'un atelier qui ont été faites. Pour cette demande, plus de la moitié des participant·e·s sont des femmes.

Rencontre à la suite d'une animation

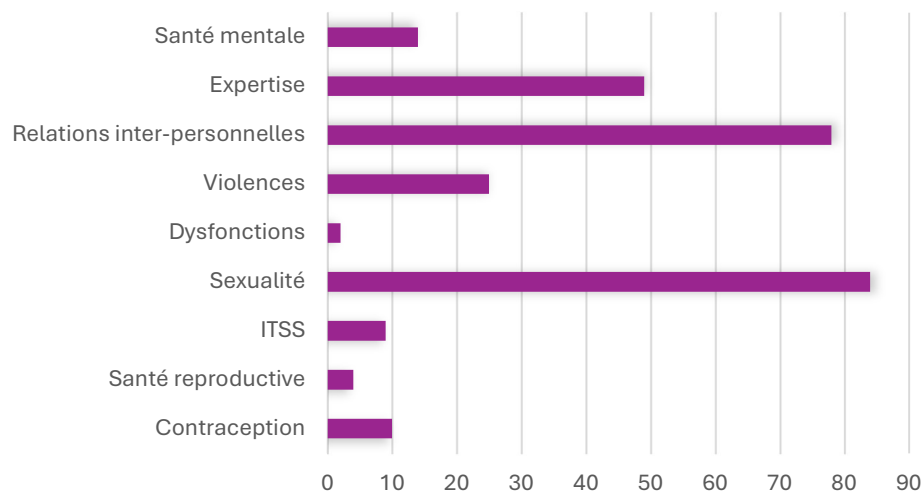


THÈMES ABORDÉS SELON LE GENRE

Thèmes abordés — Genre féminin

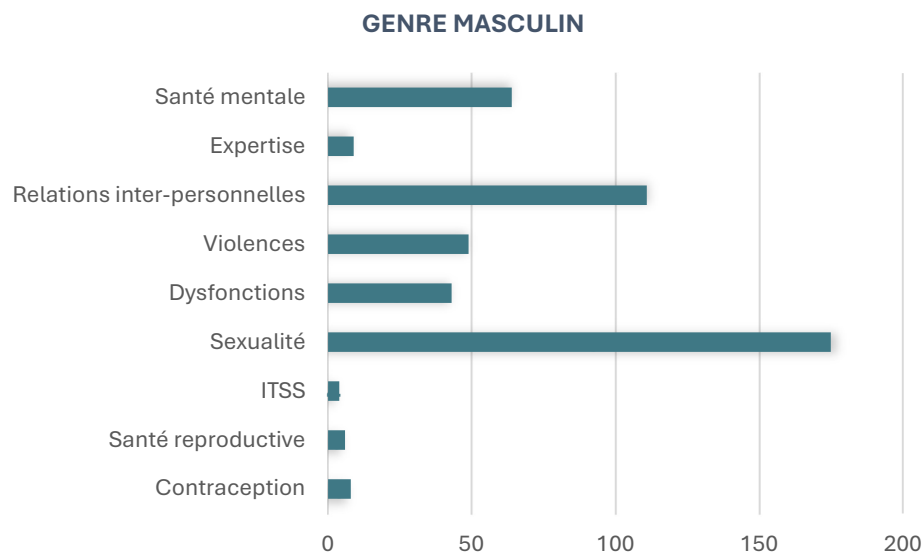
Le thème de la sexualité est le plus abordé lors des interventions auprès des personnes de genre féminin en 2024-2025. Il y a eu 84 interventions à ce sujet.

GENRE FÉMININ



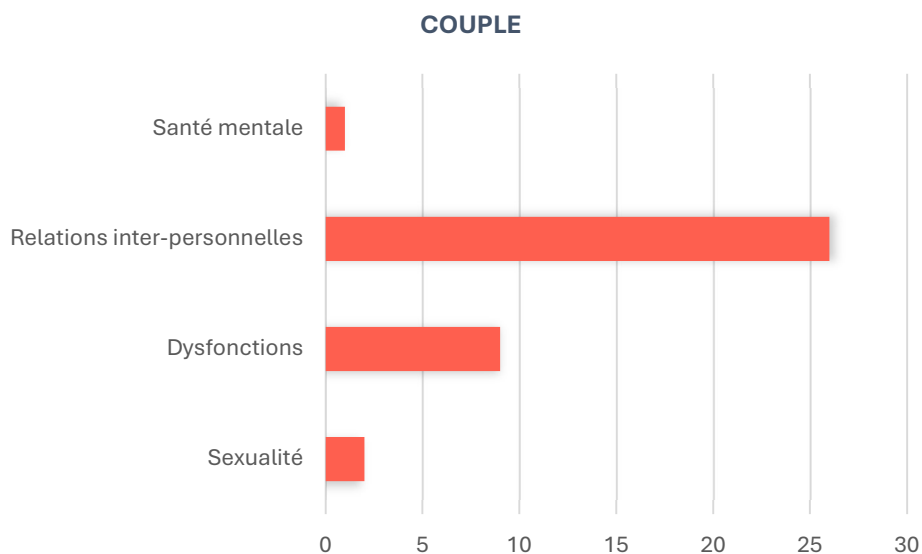
Thèmes abordés — Genre masculin

Le thème de la sexualité est le plus abordé lors des interventions auprès des personnes de genre masculin en 2024-2025. Il y a eu 175 interventions à ce sujet.



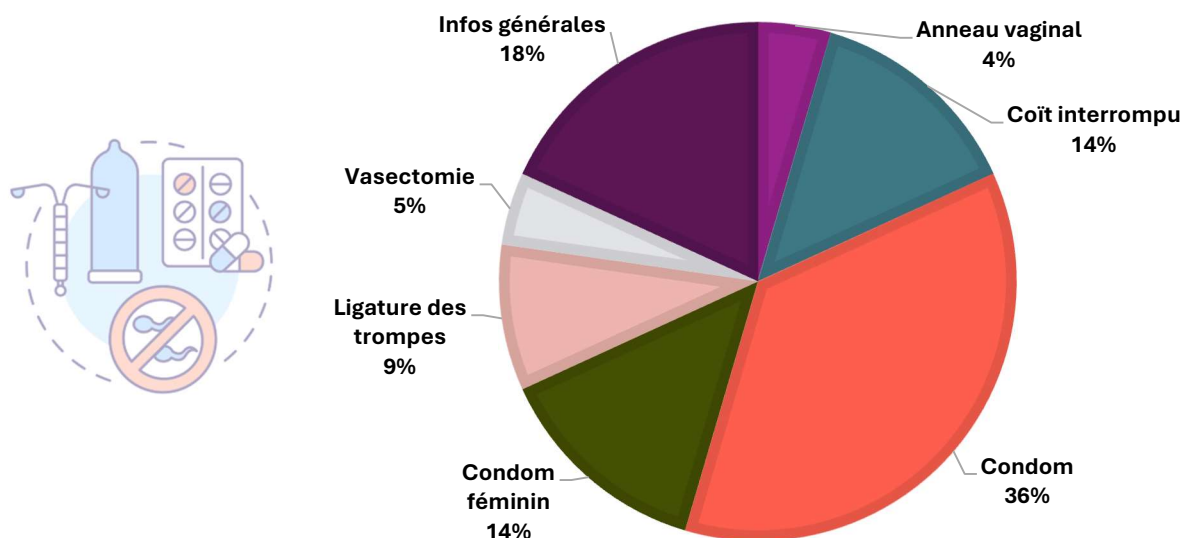
Thèmes abordés — Couples

Le thème des relations interpersonnelles est le plus abordé lors des interventions auprès des couples en 2024-2025. Il y a eu 26 interventions à ce sujet.

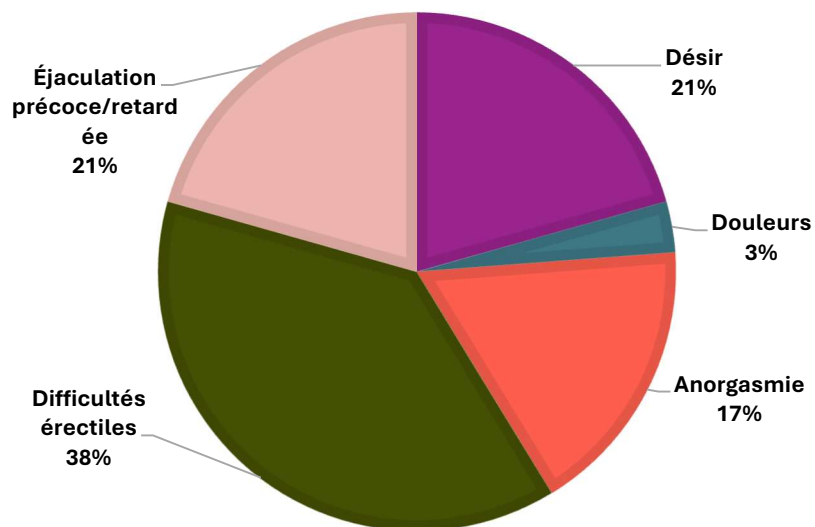


PRINCIPAUX THÈMES ABORDÉS EN INTERVENTION

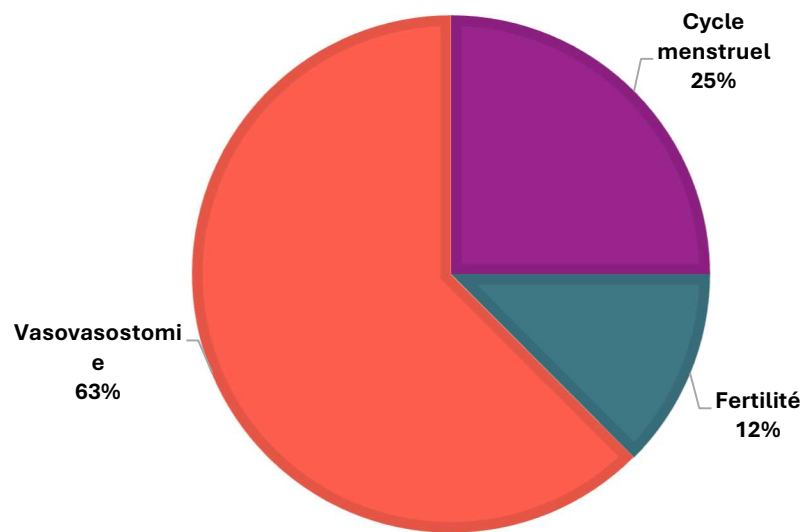
Contraception



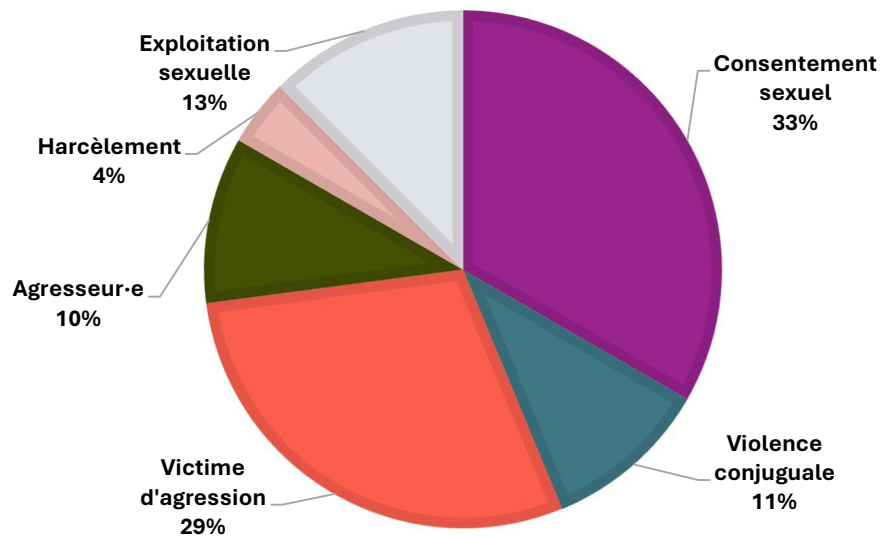
Dysfonctions sexuelles



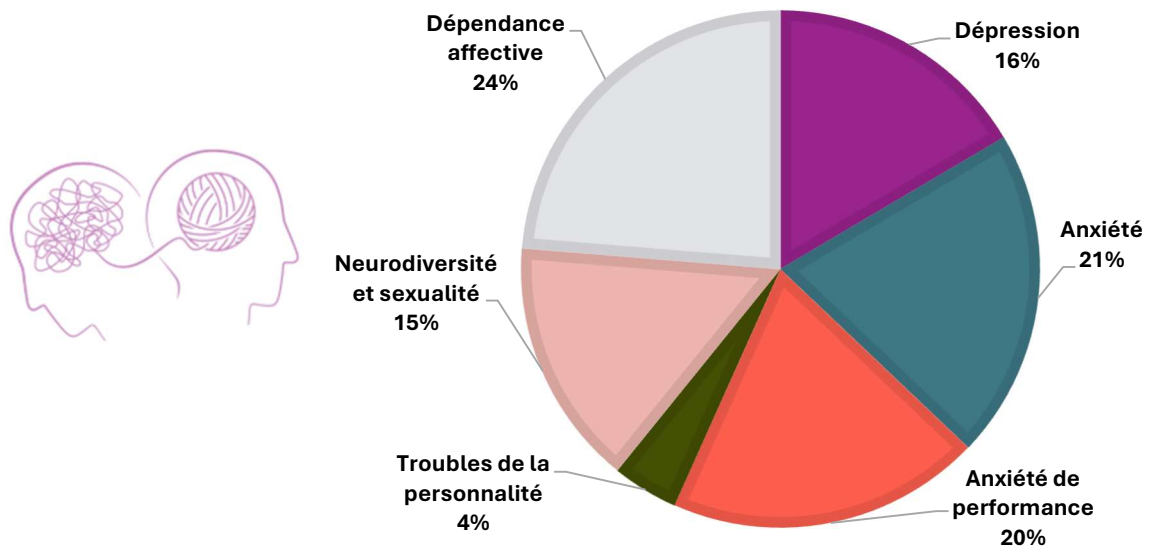
Santé reproductive



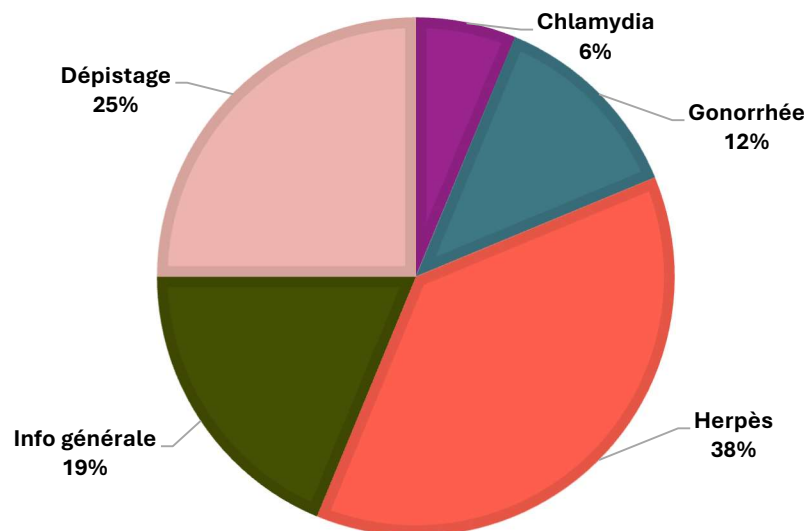
Violences



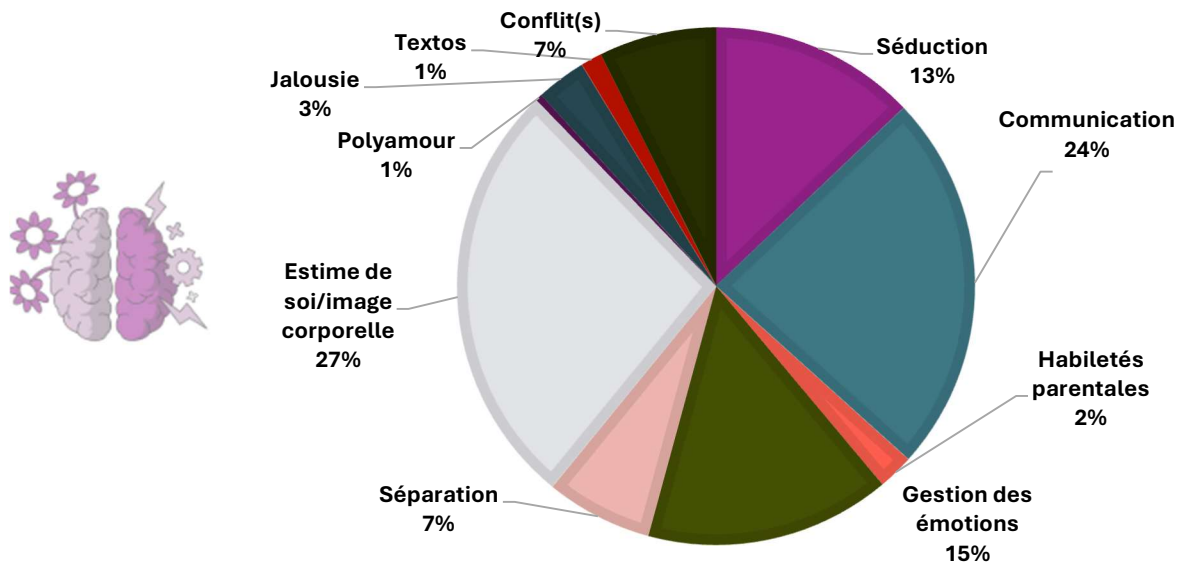
Santé mentale



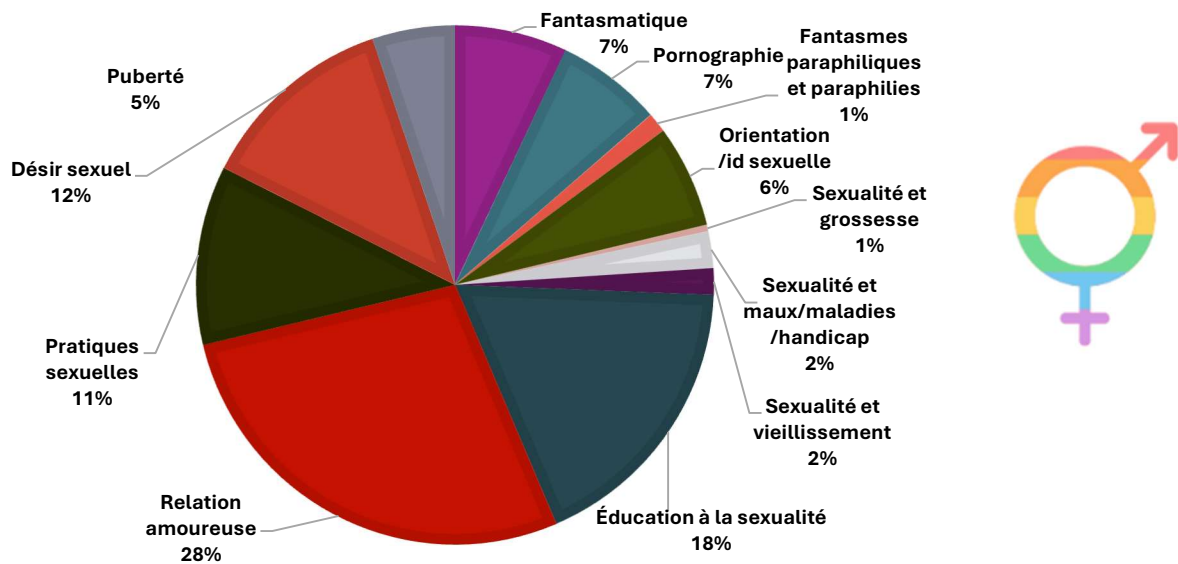
ITSS



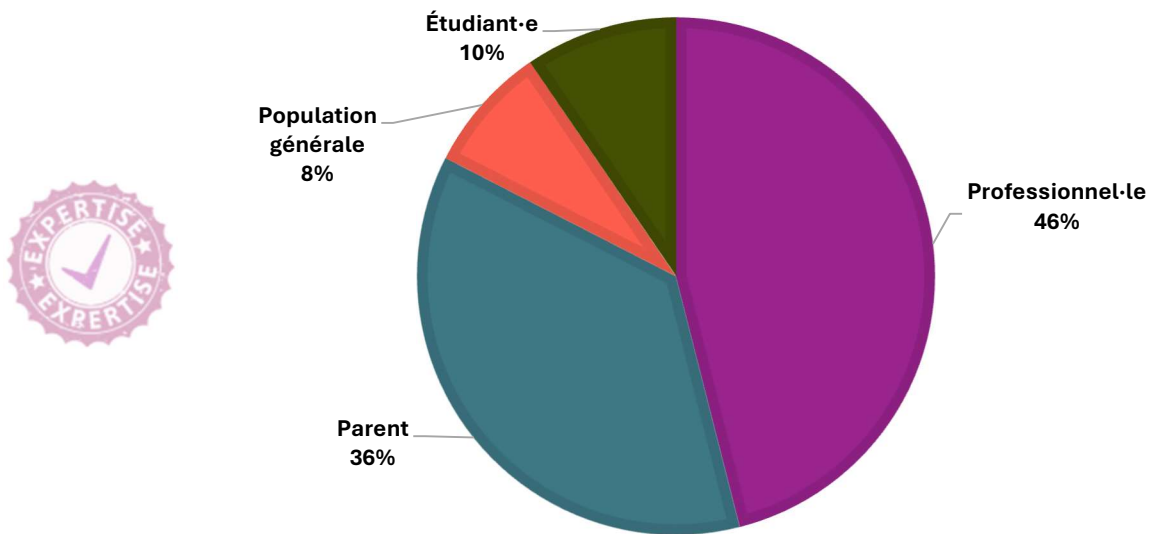
Relations interpersonnelles



Sexualité



Expertise



ANALYSE

Pour l'année 2024-2025, les thèmes abordés sont diversifiés selon le genre. On constate que seuls deux thèmes sont universels : la sexualité et les relations interpersonnelles.

Pour le genre féminin, on remarque qu'en plus d'aborder la sexualité et les relations interpersonnelles, les interventions avaient pour objectif de faire appel à l'expertise de Sexplique ou de recevoir de l'aide concernant le thème des violences sexuelles.

Pour le genre masculin, on aborde plutôt la santé mentale, les dysfonctions ainsi que la violence.

Pour les couples, on remarque une prévalence des thèmes liés aux dysfonctions et pour la communication.

SUPERVISION ÉTUDIANTE

Depuis quelques années, Sexplique reçoit des demandes de la part d'étudiant-e-s du Cégep, de l'Université et des écoles secondaires pour du soutien d'expertise dans le cadre de leurs projets scolaires. En 2024-2025, nous avons consacré 10 heures en supervision étudiante.

ANIMATION D'ATELIERS, DE CONFÉRENCES ET DE KIOSQUE

Au cours de l'année 2024-2025, Sexplique a offert 628 animations d'ateliers et de conférences comparativement au 521 de l'an dernier. Ce nombre représente un total de 16 239 personnes rencontrées. Il s'agit d'une hausse de plus de 36,77 % par rapport à l'année précédente.

Population	Nombre d'animations	Nombre total de personnes
Enfants et adolescent·e·s	564	13 271
Adultes et 55 ans et plus	31	780
Formations	6	232
Entreprise	13	277
Kiosque	14	1 679
Total	628	16 239
2023-2024	521	11 873

Comparativement à l'année dernière, nous avons donné 107 animations de plus et nous avons atteint 4 366 personnes de plus !

Au primaire, et ce pour une quatrième année consécutive, c'est l'animation *C'est mon corps*, pour les classes de 1^{re} année, qui fut la plus populaire avec 86 périodes d'animation et 1 698 participants. Au secondaire, c'est l'animation *Sexualité réelle ou virtuelle*, offerte en secondaire 4, qui fut la plus populaire avec 55 périodes et 1 446 participants.

Chez les adultes les animations les plus demandées furent « Le développement psychosexuel de l'enfant 0-5 ans » et « les rapports interpersonnels hommes-femmes au Québec ». Quant aux personnes âgées de 55 ans et plus, l'animation qui a connu le plus grand succès était La sexualité en contexte de vieillissement avec 193 participants.



MILIEUX PARTENAIRES RENCONTRÉS EN 2024-2025

Écoles primaires

École Anne Hébert	École des Pionniers	École Sainte-Odile
École Arc-en-ciel	École du Beau-Séjour	École Stadaconna
École Beau Séjour	École du Boisé 1	École St-Albert
École Cap Soleil	École du Boisé 2	École St-Albert le Grand
École Château-D'eau	École du Bourg-Royal	École St-Claude
École Coeurs-Vaillants	École du Cap-Soleil	École St-Michel
École de la Chaumière	École du Harfang-des-Neiges	École Val-Joli
École de la Farandole	École du Val Joli	Notre Dame de Foy
École de la fourmilière	École Étoile du Nord	Notre Dame des Neiges
École de la Grande-Hermine	École Freinet de Québec (Loutres)	Parc Orléans
École de la Primerose	École Grande-Hermine	École primaire Parc-Orléans
École de la Ribambelle	École Guillaume-Mathieu	École primaire Saint-Albert-le-Grand
École de l'Apprenti-Sage	École Jean-XXIII	École Primerose
École de l'Arc-en-ciel	École Jeunes-du-Monde	École Saint-Bernard
École d'éducation Internationale	École Jules-Émond	École Saint-Claude
Notre-Dame-des-Neiges	École la Farandole	École Ribambelle
École des Beaux-Prés	École les Écrivains	École primaire Jean-XXIII
École des Beaux-Prés (Pionnière)	École Les Pré-Verts	
École des Berges	École Marguerite Bourgeoys	
École des Bocages	École Marie-Renouard	
École des Constellations	École Mrg-Robert	
École des deux moulins — Rucher	École Notre-Dame D'Etchemin (Méandre)	
École des Écrivains	École Pavillon de la salle	
École des Grands-Bâtisseurs	École Portneuf	
École primaire de Château-d'Eau	École Prés-Verts	
École primaire Deux-Moulins-Parc-Orléans	École primaire Bourg-Royal	
École primaire du Rucher	École primaire de Boischatel (Boréal)	
École primaire Étoile-du-Nord	École régionale des Quatre-Saisons	

Écoles secondaires

Académie Saint-Louis	École Courvilloise	École secondaire de la Cité
Alliance-Jeunesse	École de la Seigneurie	École secondaire Donnacona
Cardinal-Roy	École Denys Garneau	École secondaire Joseph-François-Perreault
Centre Jeunesse — Le transit	École des Pionniers	École secondaire La Camaradière (Classes d'adaptation)
Centre Jeunesse-RRC Le Versant	École Donnacona	École secondaire le Sommet
Centre Saint-Louis	École François Bourrin	École Secondaire Rochebelle
CJE Montmorency	École la Clé-du-boisé	École Veilleux
Collège François de Laval	École La Relance (Centre Jeunesse)	Foyer 2 (200 Mgr Bourget)
Collège Jésus-Marie de Bellechasse	École Neufchâtel	MDJ la clique
Collège Saint-Charles	École Pointe-Levy	Neufchâtel
College St-Charles Garnier	École Régionale des Quatre-Saisons	Projet Alpha-Courvilloise
École Boudreau	École Saint-Jean-Eudes	Saint-Patricks High School
École Camaradière	École Saint-Patricks	Seigneurie
École Cardinal-Roy	École Samuel de Champlain	

Cégeps, organismes communautaires et services alternatifs publics et privés

Accès travail Portneuf	Centre St-Louis	Le Halo
Adaptavie	Cerf-Volant de Portneuf	Le Pavois
Alliance-Jeunesse	CFP Fierbourg	LG2
Association des sexologues du Québec	CFP Limoilou	Loisirs Lebourgneuf
Autisme Québec	CFP Wilbrod-Bherer	Maison des jeunes La Marginale
CEC Charlevoix	Chantelait	Maison d'hébergement
Cégep de Lévis	Château Bellevue	Missinak
Cégep Garneau	Deuil jeunesse	Piolet
Cégep Ste-Foy	EBM Gestion parasitaire	Résidence ÉKLA
Centre de jour : L'arbre de la vie	Entreprise de formation	Résidences Jules-Vernes
Centre multiethnique de Québec (CMQ)	Dimension	St Patrick's High School
Centre régional de formation de Lanaudière	FADOQ Québec et Chaudière-Appalaches	Studio Réverbère
	IRDQP	Université Laval- Bac en Sexologie

DISTRIBUTION ET VENTE DE DOCUMENTATION

La vente et la distribution de documentation sont des moyens complémentaires pour Sexplique de rejoindre la population générale. En effet, il s'agit d'une façon efficace de transmettre de l'information en lien avec la santé reproductive et sexuelle.

Pour l'année 2024-2025, le dépliant qui a été le plus vendu et distribué est « Vérifie donc tes culottes ». En effet, 84 exemplaires de celle-ci ont été distribués et vendus.

UNE GRANDE VARIÉTÉ DE SUJETS

Nos dépliants et nos brochures couvrent une grande variété de sujets et peuvent constituer un premier pas vers une meilleure connaissance de certains sujets parfois jugés plus tabous.

Sexplique se donne pour mandat d'informer et de déconstruire les mythes et les tabous entourant la sexualité. Tous nos documents informatifs sont en ventes sur la boutique en ligne de l'organisme. On y trouve notamment les dépliants :

- C'est quoi la puberté ? Vérifie donc tes culottes
- La sexualité après l'accouchement
- La sexualité des aînés démythifiée
- La contraception après la naissance
- La sexualité pendant la grossesse
- Affiche SEXE

Ainsi que les brochures :

- Herpès 101
- La Santé avec un grand F — Ressources pour femmes immigrantes
- Sexualité en contexte de vieillissement pour intervenant.e.s.

Aussi, nous vendons des sous-verres Sexplique contiennent des citations parfois farfelues, parfois éducatives sur la sexualité et les relations amoureuses. Il s'agit d'un outil qui peut encourager les discussions en lien avec la sexualité!



PRÉSENCE MÉDIATIQUE

INTERVENTIONS MÉDIATIQUES

Sexplique est toujours fière de collaborer à des projets médiatiques. Que ce soit dans le cadre d'entrevues télévisées, de radio, de balados ou de magazines, c'est toujours agréable de savoir que les différents corps de métier accordent leur confiance à notre expertise. Cette année, les médias ayant parlé de Sexplique et de ses projets sont :

- RGFC — Le Balado : Tant qu'il le faudra
- Viol Secours — Le Balado : Briser le silence : Consentement + Enthousiasme = Plaisir assuré !
- Uval radio étudiante — APRIORI
- Éducation à la sexualité 0-5 ans — Le Balado : Pas de repos pour les pros
- Éducation à la sexualité positive — Le Balado : Parlons avec cœur

MÉDIAS SOCIAUX

Sexplique alimente différents comptes sur deux réseaux sociaux populaires, à savoir Instagram et Facebook. Non seulement ces médias offrent un lien privilégié avec la clientèle, mais ils permettent aussi une belle visibilité à l'organisme.

Chaque année, le nombre d'abonnés sur les différentes plateformes augmente. La page Facebook rejoint principalement notre clientèle habituelle, soit des adultes de la province de Québec, tandis que le compte Instagram touche davantage le public adolescent et les jeunes adultes.

La page Instagram de Saigner en paix atteint, quant à elle, à la fois des intervenant·e·s et des jeunes adultes interpellés par le message du projet. Nous pouvons donc dire que les membres qui se joignent aux différentes plateformes ne font pas tous partie d'un même groupe de public cible.

En date du 30 juin 2025, soit la fin de la période couverte par ce rapport annuel, nos médias sociaux comptaient :

- 3165 abonné·e·s sur Instagram pour Sexplique_quebec
- 673 abonné·e·s sur Instagram pour sexpliquejeunesse
- 789 abonné·e·s sur Instagram pour Saigner en paix
- 5984 abonné·e·s sur Facebook



@sexplique_quebec
@saignerenpaix



@sexplique

PROJETS

PROJET S.A.R.A.H

Sexplique est fière d'avoir conclu cette année le projet **S.A.R.A.H**. Celui-ci a été rendu possible grâce au soutien financier de la **Fondation canadienne des Femmes**. Depuis plusieurs années, S.A.R.A.H. était en développement et a pu prendre vie grâce à l'implication de notre chargée de projet, qui a offert une série de 10 ateliers sur les relations saines dans plusieurs milieux.

Le projet a officiellement pris fin en 2024. Toutefois, la Fondation canadienne des Femmes nous a alloué un montant supplémentaire afin de nous permettre de poursuivre la promotion de cette thématique essentielle et de continuer à sensibiliser différents milieux aux relations saines.



PROJET L'AMIE — SANTÉ ET DROITS SEXUELS ET REPRODUCTIFS (SDSR)

En partenariat avec l'OBNL L'Aide internationale à l'enfance, ce projet vise à mettre en œuvre des activités de mobilisation concernant les enjeux internationaux liés aux soins de santé pour les femmes, en particulier les questions sur la santé et les droits sexuels et reproductifs au Rwanda.

Nous avons développé un atelier de sensibilisation en santé et droits sexuels et reproductifs destiné aux élèves de 5e secondaire. Un prospectus informatif, des macarons et des collants arborant notre nouveau logo ont aussi été créés pour soutenir la sensibilisation. Nous continuons d'intervenir via des formations et des kiosques pour rappeler une chose essentielle : La santé et les droits sexuels et reproductifs sont des enjeux sans frontières !



PROJET ENTREPRISE

La deuxième année du projet **Entreprise, soutenu par le Secrétariat à la condition féminine**, a marqué un tournant important. Une conférence destinée aux employé·e·s et une formation pour les gestionnaires ont été créées. Celles-ci vont au-delà de la prévention du harcèlement sexuel : elles adoptent une approche globale et inclusive qui aborde aussi les stéréotypes de genre et la diversité sexuelle.

La conférence a été tournée en studio et une plateforme en ligne a été développée pour rendre le contenu accessible à distance.

Déjà, **de nombreuses organisations** ont bénéficié de la conférence et de la formation, rejoignant plus de **500 employé·e·s et gestionnaires** — et plusieurs autres sont à venir. Les commentaires reçus sont **très positifs** : les participant·e·s se disent ravis et soulignent la pertinence d'un contenu qui se distingue de l'offre existante par son caractère introspectif, visant non seulement la prévention du harcèlement, mais aussi l'amélioration de la qualité de vie au travail et du climat d'équipe.



PROJET CODE VESTIMENTAIRE, NOUVELLE ÈRE

La mission du projet, encore une fois financé par le **Secrétariat à la condition féminine**, a trouvé un fort écho auprès de nombreux centres de services scolaires et écoles à travers le Québec. **Nous avons rencontré les conseillères pédagogiques en éducation à la sexualité de plus de 50 centres de services scolaires.**

Nous avons également formé le personnel décisionnel de 4 centres de services scolaires, rejoignant ainsi plus de **115 écoles primaires, 30 écoles secondaires**, en plus de centres de formation professionnelle et d'établissements collégiaux.

En parallèle, des séances de conseil à la demande ont aussi été offertes à différentes écoles primaires, secondaires et établissements collégiaux.



PROJET CONFÉRENCES PARENTS

L'adolescence est une période de transition où le besoin d'autonomie s'accroît, mais le rôle des parents demeure fondamental dans l'éducation affective et sexuelle des jeunes.

Le projet Conférence parent, financé par la TAPJ Québec-Centre, vise à accompagner les parents dans cette responsabilité, en leur offrant des formations accessibles, concrètes et adaptées à la réalité d'aujourd'hui. En abordant des sujets comme les premières expériences sexuelles, la séduction, la masturbation ou encore l'influence des médias, ces conférences offrent des outils de communication bienveillants et décomplexés.

Grâce à une documentation trilingue (français, anglais, espagnol) distribuée aux parents de la Capitale-Nationale, nous souhaitons soutenir une éducation à la sexualité cohérente et inclusive, à la maison comme à l'école.



REMERCIEMENTS

MERCI À TOUS NOS PARTENAIRES...

... pour leur subvention

- Centre intégré universitaire de santé et services sociaux de la Capitale-Nationale
- Fondation canadienne des femmes
- Secrétariat à la condition féminine

... pour leur contribution financière et matérielle

- Jonatan Julien, député de Charlesbourg
- Martine Biron, ministre des Relations internationales et de la Francophonie
- Ta Grand-mère approuve
- Réforme
- Grossesse secours
- SOS Grossesse Québec et Estrie
- Arrimage
- Viol-Secours
- Casse-croûte le Flashbourg
- Domaine de la Presqu'île
- Lilou Savonerie
- Celiart Tattoo
- Un Effet Papillon
- MamZel Création
- L'Effet Plume
- Les éditions É·MO·TION
- Dermalisse Jessie Dumont
- Cadre et vie

... ainsi qu'à toutes les personnes qui ont donné via Zeffy ou en argent !

... pour leur bénévolat

- Mélissa Smith-Vachon
- Alexandra Proulx
- Sarah Nina Marchessault
- Marie-Pierr Genest
- Nicolas Grondin
- Dave Moreau
- Stéphanie Caron-Moreau
- Guillaume Nantel
- Service de police de la ville de Québec

... ainsi qu'à toutes les personnes sollicitées pour leur expertise.

MERCI !